

## 第15章 夜間歩行と緊急野営

何が起こるか分からないのが山登りだから登山するには覚悟が必要だ。登山は何か起こった時上手に対応するゲームのようなもので、だから面白いとも言える。

通常なら夜間の行動は控えた方が良く、足場が見え難いし、神経を使って疲れ易い上に遠目が利かないから迷い易い。しかし、暗くても歩かなければならないことがある。怪我・ばて・道迷い・読み違い等で予定より遅れた場合だ。“秋の日はツルベ落とし”と言い、午後になると幾らも歩かないうちに陽が陰ってくる。秋はただでさえ気持が縮こまっているから暗くなりそうだと焦りが生じ、その結果何かとトラブルが起こる。こんな時でも夜間行動の経験があると心に余裕があって開き直ることが出来る。しかし、経験が無いとどうなるだろうか。陽が沈みかけたのにまだ山中にいると明るいうちに里に出ようと焦り、道に迷ったり怪我したりし易い。また、リーダーが焦ってスピードを上げると弱いメンバーがバテる。それらの事があって遅くなると更に焦ってパニックになる。悪循環が続いて本当に暗くなってしまふと、精神的にパンクしてこのパーティーは危険な状態に陥る。

気持が暗いと心に余裕が無くなって更なる事故を呼ぶので、何かあった時のリーダーはパーティーを明るくさせなければならない。そのリーダーがパニックになるのはもっての外で、それを防ぐ方法は経験しておくことしかない。リーダー・メンバーを問わず、夜間歩行と緊急ビバークの経験は登山する人にとって絶対必要条件と言えよう。また、登山にツェルトを持っていく人は多いが、他人に言われたから持っていくというだけでは意味がない。いざという時利用出来るようにしておこう。

### 1、夜間歩行（カモシカ山行）

カモシカ山行とは夜間に長時間ヘッドランプをつけて山歩きすることで、耐久レース等の特殊な場合を除くと、次の2つのケースが考えられる。

#### (1) 伝令の為に2人くらいで早く歩く

実力のある人に限るのであって、速く歩くと言いながらも安全は絶対条件だ。ゆっくり歩きを卒業したらスピード歩きに進む話は『山の歩き方』を読んで頂きたい。そこでも書いたが、今まで転ばないように気をつけてきた人は発想の転換をして欲しい。積極的に転ぶのが一番安全で、捻挫・骨折は転びを堪えた時に起こり易い。練習して上手に転ぶ技術を磨こう。

#### (2) パーティー全員でゆっくり、安全に歩く

思い掛けず夜になってしまうと安全地帯に早く逃げ出したいという意識が生まれ、パーティーの実力を越える速足になって弱い人がバテる。リーダーはカモシカ山行の経験を積んで、メンバーの気持ちを抑えるくらいの余裕が必要だ。

また、夜間歩行では最後尾の人の役割が重要で、常に人数を把握していなければならない。本人も安易に列を離れてはならない。その他、気を付ける点を次に挙げる。

- ① 夜道慣れしていない初心者はベテランの間に挟んで精神面のサポートをする。
- ② ライトは光量や光質が異なるから、後ろの人の灯りは邪魔になる。自分のライト光が前の人の足元にいかないように間隔を開けて歩く。
- ③ お互いに声を掛け合って迷子が出ないようにする。
- ④ 電池を節約して長時間もたせるようにする。登りの時はボンヤリ明るければ事足りるから、“弱”でも良い。道の状況によっては月明りでも歩けるし、ヘッドランプを付けない方が全体を見渡せる。
- ⑤ 自分の電池が何時間もつかは事前に試しておく。カタログ頼りにしないこと。

カモシカ山行の課題は精神面をどうコントロールするかにある。同じカモシカでも予定に組込んだ夜明け前のカモシカは気楽だ。山小屋を朝の暗いうちに出発することは多いが、やがて明るくなり、コース違いでも被害が少ないから心配しない。ところが、日没後のカモシカはプレッシャーが掛かる。これから益々夜が深まり、気温が下がっていくからだ。

## 2、緊急野営（ビバーク）

ビバークとはテント無しの野営のことで、フォーストビバーク（思いがけない野営）とフォーカストビバーク（予定に組込まれた野営）がある。今回のテーマはフォーストビバークだからフォーカストビバークの話は省略する。ビバークと言ったらフォーストビバークのことと考えて欲しい。ビバークを余技なくされると精神的に落ち込むものだが、暗い気持で何をやっても碌な事がない。この先大丈夫だろうかと不安がるより、上手なビバーク体勢が出来た事を喜び、野営を楽しむくらいの心の余裕が必要だ。食べて、暖かくして眠るようにする。眠ると凍死するというのは意識が無くなるほど疲労した時であって、普通は寒さで自然に目が覚めるから心配いらない。ビバークの為に登山道を離れる時は滑落しないように注意し、翌朝戻る際に道迷いしないよう位置や方向を把握しておかなければならない。

### (1) ビバークの装備

日帰り登山でも万一を考えた装備は携帯する。

#### ① ツェルトと細引き

ツェルトにはいろんな種類があり、大きさは座って被るだけの物から2人がゆっくり寝られる物まで様々だ。山行スタイルと軽量化を吟味して自分に合った物を購入しよう。ツェルトの役割は夜露を防ぐ・体温低下を防ぐ・気力体力の温存。

張り方はあまり難しく考えない方が良い。家を出る時から細引きは付けておき、両端を木にぶら下げて真ん中を外から引っ張って膨らませればOK。丁度良い具合に木が無かったらロープを木から木に渡してそれに取り付けても良いし、ストックを使う手もある。膨らませる為に中で傘をさしても良い。ペグは不要で、枯枝を差し込んで石で押さえるか直接石に細引きを結んで遠くへ引っ張る。そこにある物で工夫するのが基本だが、何も考え付かなかつたら、そのまま頭から被ってしまう。ツェルトが無かったらロープを張ってレジャーシートを小屋掛けする。全員のシートを繋げば大きいタープの代用になる。それも無かったら岩陰や木の下に落ち葉を敷き、枯木や草で屋根をかける。高山ではハイマツの茂みの中に潜り込むだけでもかなり違う。

② ヘッドランプ

ヘッドランプの種類はたくさんあって、年々進歩している。山行中は電池を抜いておかないと、ザック内で押されてスイッチオンになった時、無駄に消耗してしまう。

③ 食料と水

行動食と非常食・普通の飲み水と非常用の水という区別をいつも意識していよう。

④ レスキューシート

ツェルトは数人入れる物をパーティーで幾つか持っていけば良いが、レスキューシートはメンバー全員が一つずつ持とう。

⑤ その他

小型ガスボンベセット・コップ・ライター・ナイフ・メタ・新聞紙・ビニール袋、等があれば心強い。

(2) ビバーク適地

① 安全な所

落石・増水・滑落・雪崩・崖崩れ・雷・毒虫や蛇、に配慮して安全な場所を探す。

② 消耗を減らす所

平坦地・風当たりの弱い所・水はけの良い所を探す。

(3) 冷えを防ぐ工夫

① 自然の物を利用する

地面から冷えてくるから、落葉・枯枝・草、等を敷き、その上にツェルトを張ってレジャーシートかザックを広げる。太い枯枝を筏のように並べて、その上に木の枝を敷き詰めれば更に良い。大きいビニール袋に落葉を入れればマットが出来る。

② 持物は全て利用する

着られる物は全部着る。ザックは座布団にしたり足を入れたりする。ウェアの間に新聞紙を挿むとかなり暖かい。2人以上の時は背中合わせになると暖かい。

お湯を沸かして飲めば体の中から暖まる。

### ③ 濡れた下着は体温を奪う

着替えがあれば下着だけでも着替えて、濡れている方も乾かす工夫をする。着替えが無ければ脱いで堅く絞り、乾いたタオルと一緒にもう一度絞るとかなり湿り気がとれる。新聞紙は吸湿性があるので下着の上に挿むと良い。着替えが無くて濡れた下着は脱いでしまった方が良くも知れない。

### ④ 焚火をする

地域によっては焚火を禁止しているが緊急時は許して貰おう。山火事に気を付け、マナーを守ることは言うまでもない。盛大な焚火でなく、不安な気分と冷えた体を暖めるだけの小さな火を長時間維持するようにする。濡れた下着や手袋等を乾かせるので嬉しい。着火材としてはメタ等の固形燃料があれば最高だが、無ければガムテープでも代用できる。それも無ければ新聞紙だ。

## 3、夜間歩行かビバークかの判断

山行中暗くなってしまいそうな時は、ヘッドランプで夜間歩行するかツェルトでビバークするか判断しなくてはならない。早く見極めることが重要で、暗くなってからのビバーク準備は精神的な負担が大きいから明るいうちに決断しよう。ビバークと決めたら歩きながら適地を探すのだが、夜になってからだを選定を誤る恐れがある。技術と体力のあるメンバーばかりで、道がしっかりしている一般道なら歩いてしまった方が良い。しかし、次の状況ならビバークの方が賢明だ。①ヘッドランプの電池が朝までもちそうにない ②道が正しいかどうか自信がない ③この先の地形は広い尾根で、道に迷いそう ④雪で踏み跡が消えそう ⑤この先に岩場や沢沿い等の危険地帯がある ⑥体力的にバテそうなメンバーがいる ⑦技術不足で怪我しそうなメンバーがいる ⑧メンバーに怪我人・病人・著しく疲労した者がいる。怪我の場合は程度も判断材料で、骨折や強度の捻挫ならビバークだが、軽い捻挫や膝痛・足つり・頭痛・マメ・靴擦れなら歩いてしまおう。

一方、全く別の角度からの判断だが、身体が雨で濡れているのにビバーク装備が無く、一晩持ちこたえられる精神力が残っていないなら危険を覚悟で下山した方が良い。人間は弱いから、極限の寒さの中で雨と風に襲われると頑張っ生きてようとする気力を失う。体力さえ残っていれば歩いていることで温まるし、気が紛れる効果もある。